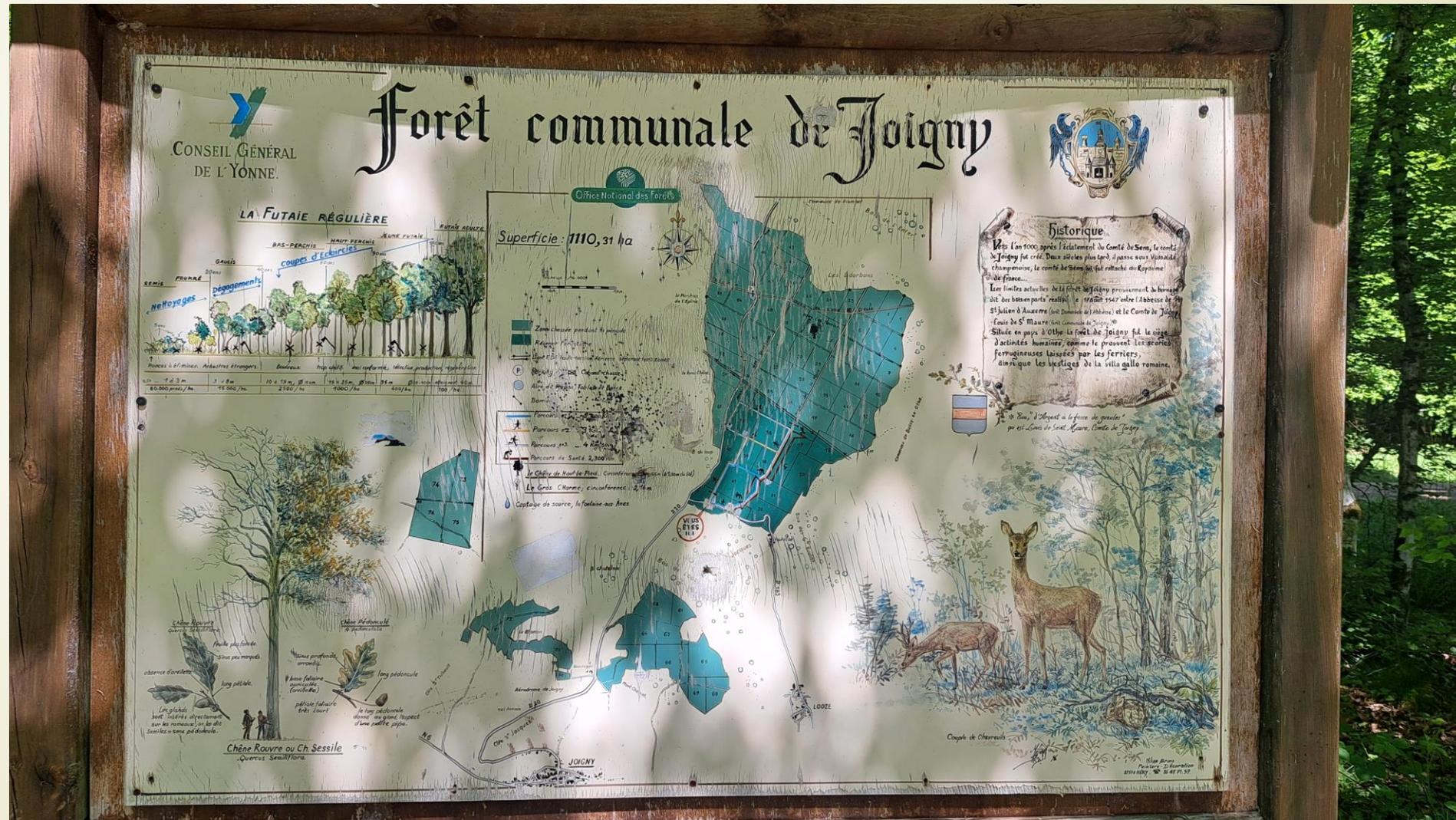


# Découverte du parc vita de Joigny

Lundi avril 2025 avec Gérard Corgeron



# Vestige de panneaux décrivant les arbres



## PRUNUS AVIUM

(Cerisier sauvage)

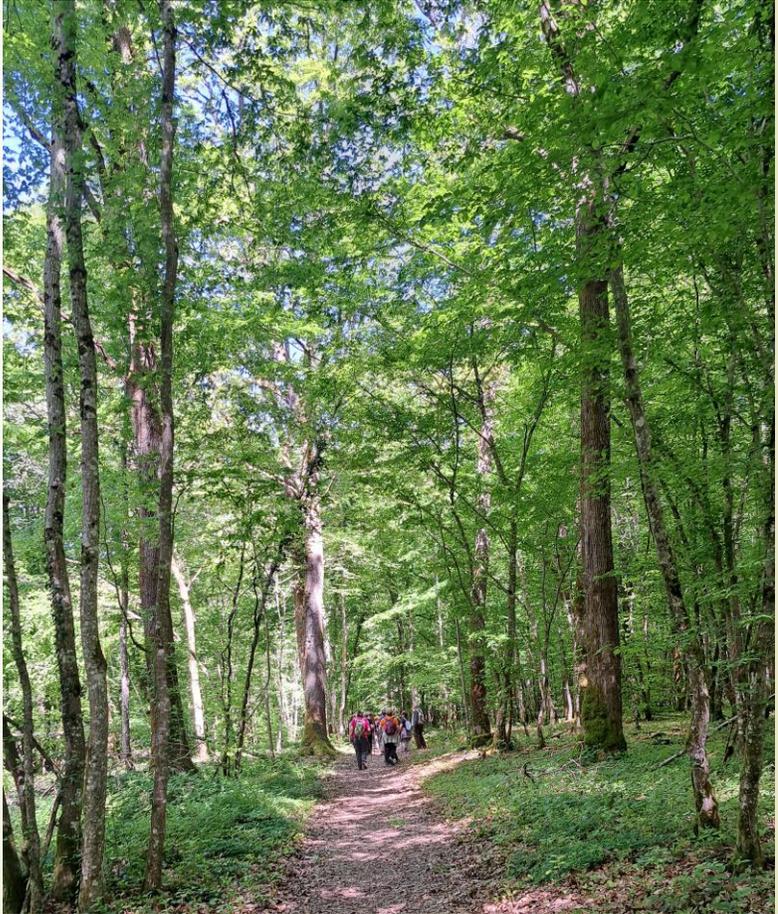
Atteint 20 à 25 mètres.

Présent dans toute l'Europe (sauf à proximité de la Méditerranée) et s'étend jusqu'à l'Asie Centrale.

Est très exigeant en lumière.

Fruits: les « cerises » drupes lisses.....





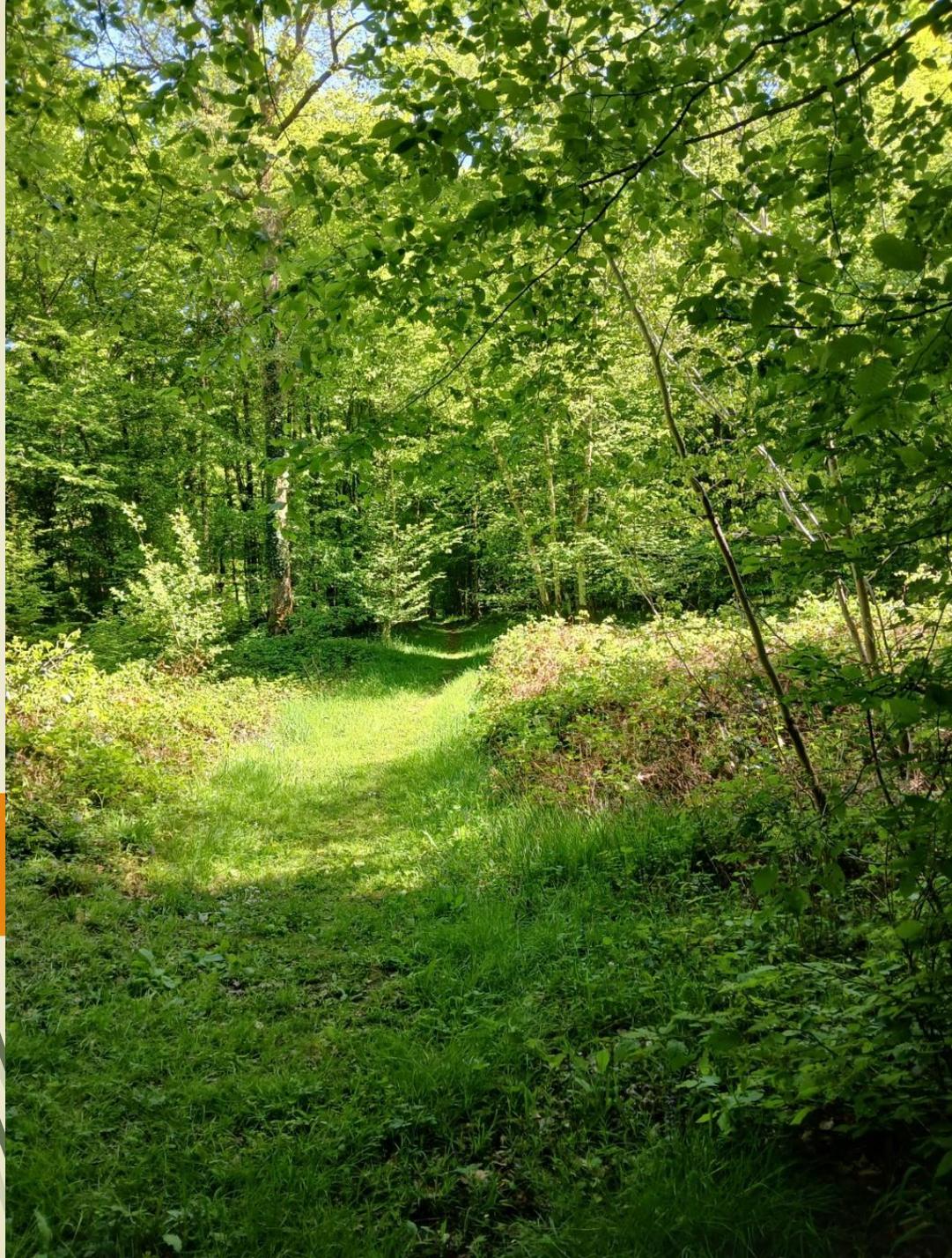


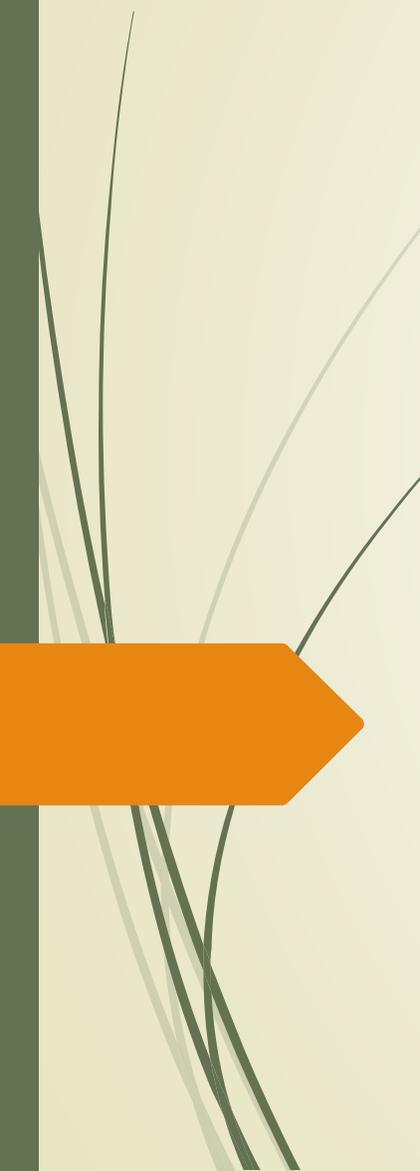
Les fleurs des bois: stellaires,  
bugles, lamiers jaunes, alliaires,  
véroniques...

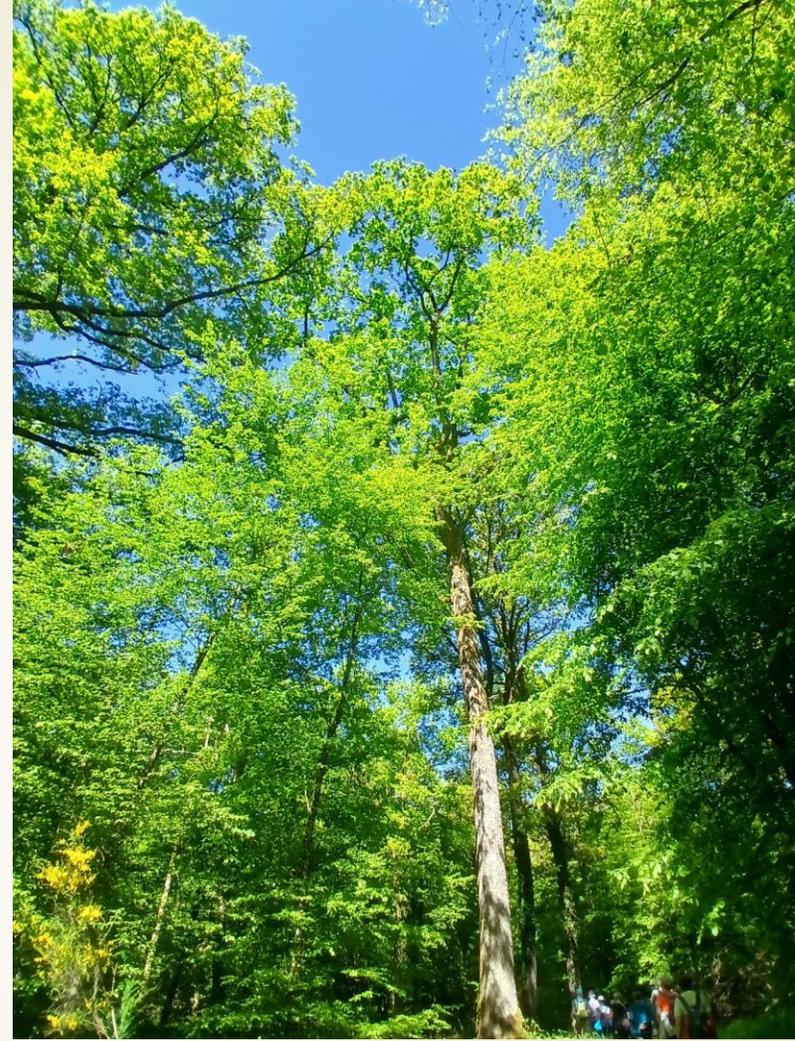




Quel plaisir de marcher à l'ombre de ces beaux sous-bois!









Au pied de quoi  
se penche-t-il?



Chacun est reparti avec quelques brins de muguet!





Un chemin très  
humide, plein  
de belles  
surprises





**Début du parc Vita,** le parcours sportif destiné aux adultes et aux enfants à partir de 8 ans sous surveillance



Qui se lance?  
Peu d'amateurs!





**Consignes d'utilisation:** les équipements sont destinés aux adolescents et aux adultes qui réalisent le parcours à leur rythme et selon leur condition physique. L'enchaînement des exercices est conçu comme le déroulement d'une séance d'éducation physique avec une phase d'échauffement (15mn) , une phase d'exercices et une phase de récupération.



L'utilisation des agrès est déconseillée par temps de pluie, de gel et de neige.





**Les degrés de difficulté :**  
 Pour chaque atelier, un poteau indique schématiquement la nature de l'exercice, le degré de difficulté et le nombre souhaitable de répétitions, selon l'utilisation souhaitée : sportive ou familiale.

FACILE   
 MOYEN   
 DIFFICILE 

EN CAS D'INCIDENT: COMPOSEZ LE 18 OU LE 112.  
 En cas de dégradation, merci de prévenir le service technique de la ville au :

Cela doit être bien agréable et bon pour le corps de faire du sport dans ce cadre silencieux et apaisant.





